



MENSAJE DEL SANTO PADRE BENEDICTO XVI PARA LA CUARESMA 2009

Al comenzar la Cuaresma, un tiempo que constituye un camino de preparación espiritual más intenso, la Liturgia nos vuelve a proponer tres prácticas penitenciales a las que la tradición bíblica cristiana confiere un gran valor —la oración, el ayuno y la limosna— para disponernos a celebrar mejor la Pascua y, de este modo, hacer experiencia del poder de Dios (...) este año deseo detenerme a reflexionar especialmente sobre el **valor y el sentido del ayuno**. En efecto, la Cuaresma nos recuerda los cuarenta días de ayuno que el Señor vivió en el desierto antes de emprender su misión pública. Leemos en el Evangelio: “Jesús fue llevado por el Espíritu al desierto para ser tentado por el diablo. Y después de hacer un ayuno durante cuarenta días y cuarenta noches, al fin sintió hambre” (Mt 4,1-2). (...)

Podemos preguntarnos qué valor y qué sentido tiene para nosotros, los cristianos, privarnos de algo que en sí mismo sería bueno y útil para nuestro sustento. Las Sagradas Escrituras y toda la tradición cristiana enseñan que el ayuno es una gran ayuda para evitar el pecado y todo lo que induce a él. Por esto, en la historia de la salvación encontramos en más de una ocasión la invitación a ayunar. Ya en las primeras páginas de la Sagrada Escritura el Señor impone al hombre que se abstenga de consumir el fruto prohibido: “De cualquier árbol del jardín puedes comer, mas del árbol de la ciencia del bien y del mal no comerás, porque el día que comieres de él, morirás sin remedio” (Gn 2, 16-17). Comentando la orden divina, San Basilio observa que “el ayuno ya existía en el paraíso”, y “la primera orden en este sentido fue dada a Adán”. Por lo tanto, concluye: “El ‘no debes comer’ es, pues, la ley del ayuno y de la abstinencia” (cfr. *Sermo de jejunio*: PG 31, 163, 98). Puesto que el pecado y sus consecuencias nos oprimen a todos, el ayuno se nos ofrece como un medio para recuperar la amistad con el Señor. (...)

En el Nuevo Testamento, Jesús indica la razón profunda del ayuno, estigmatizando la actitud de los fariseos, que observaban escrupulosamente las prescripciones que imponía la ley, pero su corazón estaba lejos de Dios. El verdadero ayuno, repite en otra ocasión el divino Maestro, consiste más bien en cumplir la voluntad del Padre celestial, que “ve en lo secreto y te recompensará” (Mt 6,18). Él mismo nos da ejemplo al responder a Satanás, al término de los 40 días pasados en el desierto, que “no solo de pan vive el hombre, sino de toda palabra que sale de la boca de Dios” (Mt 4,4). El verdadero ayuno, por consiguiente, tiene como finalidad comer el “alimento verdadero”, que es hacer la voluntad del Padre (cfr. *Jn 4,34*). Si, por lo tanto, Adán desobedeció la orden del Señor de “no comer del árbol de la ciencia del bien y del mal”, con el ayuno el creyente desea someterse humildemente a Dios, confiando en su bondad y misericordia.

La práctica del ayuno está muy presente en la primera comunidad cristiana (cfr. *Hch 13,3; 14,22; 27,21; 2Co 6,5*). También los Padres de la Iglesia hablan de la fuerza del ayuno, capaz de frenar el pecado, reprimir los deseos del “viejo Adán” y abrir en el corazón del creyente el camino hacia Dios. El ayuno es, además, una práctica recurrente y recomendada por los santos de todas las épocas. (...)

En nuestros días, parece que la práctica del ayuno ha perdido un poco su valor espiritual y ha adquirido más bien, en una cultura marcada por la búsqueda del bienestar material, el valor de una medida terapéutica para el cuidado del propio cuerpo. Está claro que ayunar es bueno para el bienestar físico, pero para los creyentes es, en primer lugar, una “terapia” para curar todo lo que les impide conformarse a la voluntad de Dios. (...) Pablo VI identificaba la necesidad de colocar el ayuno en el contexto de la llamada a todo cristiano a no “vivir para sí mismo, sino para aquél que lo amó y se entregó por él y a vivir también para los hermanos” (cfr. Cap. I) (...) puede ayudarnos a mortificar nuestro egoísmo y a abrir el corazón al amor de Dios y del prójimo, primer y sumo mandamiento de la nueva ley y compendio de todo el Evangelio (cfr. *Mt 22,34-40*).

La práctica fiel del ayuno contribuye, además, a dar unidad a la persona, cuerpo y alma, ayudándola a evitar el pecado y a acrecer la intimidad con el Señor. (...) Privarse del alimento material que nutre el cuerpo facilita una disposición interior a escuchar a Cristo y a nutrirse de su palabra de salvación. Con el ayuno y la oración Le permitimos que venga a saciar el hambre más profunda que experimentamos en lo íntimo de nuestro corazón: el hambre y la sed de Dios. Al mismo tiempo, el ayuno nos ayuda a tomar conciencia de la situación en la que viven muchos de nuestros hermanos. En su *Primera carta* San Juan nos pone en guardia: “Si alguno que posee bienes del mundo, ve a su hermano que está necesitado y le cierra sus entrañas, ¿cómo puede permanecer en él el amor de Dios?” (3,17). Ayunar por voluntad propia nos ayuda a cultivar el estilo del Buen Samaritano, que se inclina y socorre al hermano que sufre (cfr. Enc. *Deus caritas est*, 15). Al escoger libremente privarnos de algo para ayudar a los demás, demostramos concretamente que el prójimo que pasa dificultades no nos es extraño. (...)

(...) el ayuno representa una práctica ascética importante, un arma espiritual para luchar contra cualquier posible apego desordenado a nosotros mismos. Privarnos por voluntad propia del placer del alimento y de otros bienes materiales, ayuda al discípulo de Cristo a controlar los apetitos de la naturaleza debilitada por el pecado original, cuyos efectos negativos afectan a toda la personalidad humana. (...) el ayuno tiene como último fin ayudarnos a cada uno de nosotros, como escribía el Siervo de Dios el Papa Juan Pablo II, a hacer don total de uno mismo a Dios (cfr. Enc. *Veritatis Splendor*, 21). Por lo tanto, que en cada familia y comunidad cristiana se valore la Cuaresma para alejar todo lo que distrae el espíritu y para intensificar lo que alimenta el alma y la abre al amor de Dios y del prójimo. Pienso, especialmente, en un mayor empeño en la oración, (...) en el Sacramento de la Reconciliación y en la activa participación en la Eucaristía, sobre todo en la Santa Misa dominical. Con esta disposición interior entremos en el clima penitencial de la Cuaresma. (...)




ACTIVIDADES PARA PADRES

Martes	3	Charla sobre la educación de los hijos: Educación de la afectividad	Hora: 16:00
Martes	10	Comida de madres y vídeo-forum : <i>Tierras de penumbra</i>	Hora: 14:30
Martes	24	Retiro mensual para madres	Hora: 16:30

AVISOS PARA ALUMNAS Y PADRES

- **Exámenes de la 2ª evaluación** para la **ESO** serán los días: 4, 5, 6, 9 y 10.
- **Exámenes de la 2ª evaluación** para los **Ciclos** serán los días 20, 23 y 24
- Las alumnas de **2º, 4º de la ESO** y **1º de Bac**, durante este mes, tendrán unos *Talleres de Habilidades sociales* dentro del programa de Educación Afectivo-sexual que imparte la Fundación Desarrollo y Persona, subvencionados este año por la Consejería de Sanidad.
- **Entrega de notas**: día 6 para BAC, día 17 para la ESO y día 27 para CICLOS.
- **El día 19 no habrá clase** por ser festivo.
- El día 25 las alumnas de **3º ESO** asistirán al concierto "*Jazz it up!*" que tendrá lugar en el Centro Cívico "Zona Este". Precio: 6 €.
- El día **27 de marzo** nos iremos de **excursión** a visitar **Zamora y Toro**, os llegará una carta con todo el plan.

CAPELLANÍA:

-  Vela al Santísimo el día **6** organizada por 2º de ESO
-  **Curso de Retiro** para las **alumnas** del colegio organizado por Prados en El Llendón (Gijón) los días 20, 21 y 22.
-  **Curso de Retiro** para **madres, profesoras y amigas**: días 27 (de 4.30 a 6.30), 28 y 29 (de 10.15 a 13.30 y de 16.30 a 18.30 h) en el colegio.

NOTICIAS DE ALCAZARÉN

- Las alumnas de Alojamiento, visitarán el día 3 de marzo el hotel Novotel, que pertenece a la cadena Accord.
- El **I Curso-concurso de Repostería** organizado por el Colegio junto con la Asociación Prados resultó todo un éxito. Podéis ver un resumen de los tres sábados durante los que se desarrollo en la web del colegio, www.cesalcazaren.com



- El pasado 19 de febrero fue la reunión de curso de los padres, precedida de la conferencia **La comunicación y diálogo con los hijos adolescentes** a cargo de *Mónica Campos* de la *Fundación Desarrollo y Persona*, muy bien acogida por todos los padres. Después gracias al vino español ofrecido por el AMPA y elaborado por las alumnas de Cocina, disfrutamos de un rato muy agradable.

AVISOS IMPORTANTES:

- Plazo de **solicitud de plaza** para la **ESO** para **nuevas alumnas** es **del 24 de marzo al 17 de abril**
- **JORNADA DE PUERTAS ABIERTAS DÍA 5 DE MARZO DE 18.30 A 20.00 H**

Acuse de recibo: (entregar firmado a la PEC el lunes 9 como fecha límite)

Alumna: _____

Firma de alguno de los padres:

Asistencia a comida de madres: SI NO Precio: **9 €** Nº Personas: _____